

DINAMIKUS LÉTFORMÁBAN

interjú Goda Gáborral



Fotó: Schiller Kata

GODA GÁBOR

- koreográfus, rendező, író, előadóművész
- Artus Kortársművészeti Laboratórium alapítója
- Weight Flow Contact önismereti tréning kidolgozója
- Erdemes Művész

Miért a tánc?

Nehéz már erre igazán emlékezni, hiszen az emlékek is változnak, együtt a valósággal. Kezdetben csellóztam, versenyszerűen öttusáztam. Édesanyám képzőművész, apám bíró volt abban az időszakban, amikor gondolkodni kezdtem. Sokat hallottam otthon a művészetről, a tisztességről, a becsületről, az igazságról. Tanulóéveimben, a 60-as, 70-es években mást tanítottak

az iskolában, és mást hallottam otthon. A kimondott szó számomra egy jó időre elvesztette hitelét. Talán ez lehetett az első ugródeszka, hogy a mozgással foglalkozzak. Minden arra tanított, hogy elsősorban az emberek tetteit figyeljem, és ne azt, amit mondanak.

Mozgásban az élet?

Az emberi cselekvés mind mozgás, a tánc pedig a cselekvő ember legtisztább leképezése. Kezdetben, amikor az előadó-művészet felé kanyarodtam, annak látványossága, játékossága vonzott. Később éreztem rá, hogy a mozgással, a testtel való kifejezésforma számomra az igazán hiteles és mély. De a zenélés vagy a festés is mozgás, mozdulat. Így sodródtam a tánc felé, a képzőművészet, a zene felé. Ha a néző táncot néz, képet is lát. Azt láttam, hogy ennek a képiségnek képzőművészeti értéke és ellenállhatatlan ereje van.

Tánc és önismeret?

Amikor Magyarországra 1985-ben beszivárgott a kontakt improvizáció technikája, fogalma, filozófiája, nagyon fellelkesültem és azonnal tanulni, gyakorolni kezdtem. Steve Paxton amerikai koreográfus dolgozta ki ezt a rendszert, ami hazánkba végül Párizson át Szkipe Nagy József által jutott el. A kontakt improvizáció az emberi kapcsolatok spontenitására, játékosságára, épít, ahol a kockázat része a harmóniának. Steve aikidó múltja is segíthette, hogy táncosként ki tudott dolgozni egy olyan technikát, hogy a folyamatos együttlétben, táncolásban váratlan dolgok történhessenek, ugyanakkor mégis mindenki biztonságban érezze magát.

Új irányt adsz a művészetnek?

Ezzel egy időben, párhuzamosan alakult meg saját társulatom, az Artus. Olyan előadásokat kezdtem létrehozni, melyek műfajilag nehezen meghatározhatók, mint tánc, vagy színház, mert sokkal inkább maga a tartalom határozta meg az előadások formanyelvét. A mozgás, a szöveg, a zene, a képzőművészet, az installáció mindig folyamatosan alakult ahhoz, amit éppen a központi gondolat, az üzenet megkívánt. Olyan művészeti irányzat született ezáltal, ami a világra érzékenyen reagáló, élő művészetet testesít meg. Egy újfajta kapcsolatrendszer a művészeti ágak között. Amikor az előadás a nézőkkel együtt életre kel. Mert a

nézők, a tér, az előadás együtt transzformálódik egésszé. Cselekvő, élő emberek által, hitelesen, a jelenben.

Hogy jött létre saját tréningrendszered, a „weight flow contact”?

Nagyon erős impulzust jelentett a kontakt improvizáció, és a 20 év rendezői alkotómunka. Útközben, kb. 10 éve elkezdtem tai chi-t tanulni és gyakorolni, filozófiai, pszichológiai tanulmányokba merültem, családom, három gyermekem lett, és persze ott élt bennem hídépítő múltam. Egyre aktívabb és mégis egyre nyugodtabb, türelmesebb lettem. Egy idő után azt éreztem, hogy mindez a sokféle tapasztalatot és tudást ötvöznöm kellene. Pszichológus feleségem biztatására gondolkodtam el azon, hogy egész rendszerre alakítom a bennem már egységbe ért formákat. Ahogy a saját életemet is magam alakítom, azzal a világot is alakítom magam körül. Az önismeret felelősség. Talán kötelesség is. Sokan küzdenek a Teljességből való kiszakítottág érzésétől. A gondolati prekonceptiók és elvárások nagyon megnehezítik az életet, az emberi kapcsolatokat. Miközben a testünktől hihetetlen sokat lehet tanulni. Ha megfigyelem, ahogy a testem működik, többet megtudhatok a világról, mint a tudós könyvekből. A test éppúgy az univerzum része, mint a természet, épp úgy épül fel, ahogy az egész világ. A test bölcs. Az atom szerkezete úgy épül fel, ahogy egy galaxis felépül. Óriási a csillagok, a bolygók közti távolság, az űr, azt is mondhatom, több a semmi, mint a valami. És így van ez belül, bennünk is. Atommag körül keringő elektronok és köztük az űr. Sokkal több bennünk a semmi, mint a valami. Az analógiák egyértelművé lettek. Egyre fordultam a világot mozgató egyetemes rend, a Szellem felé. Ott volt bennem egy mozgásrendszer, amiről tudtam, hogy valami egyetemes rendszer analóg alapkövei. Összeállítottam a leginkább elementáris gyakorlatokat, a hozzá kapcsolódó instrukciókat, és három napos intenzív folyamattá gyúrtam. Ez lett a „weight flow contact”. Mindenki azt tudja befogadni, amire a leginkább fogékony egy adott pillanatban, amire legbelül szüksége van. Ön-magára ismer, önmagát érzi meg.

Mit tudsz adni az embereknek?

A „weight flow” az önismeretről szól. Az én értelmezésemben, a „weight flow contact” ugyanúgy, mint az improvizáció nem kifejezés, hanem létforma. Mindez a jelenlétről szól. Meggyőződése, ha valaki önmagát keresi, akkor találja meg, ha minden pillanatában jelen van a saját éle-

tében. A „weight flow contact” úgy tanítja meg mindezt, hogy nem magyarázza el, hanem segít megtapasztalni. Valami elképzelése mindenkinek van már saját magáról. Mint egy ön-térkép. Ezt nagyon nehéz árajzolni. A „weight flow”-t nehéz szavakban megfogalmazni, mert ez egy cselekvő folyamat az önismerethez, egy új kapcsolódás a létezéssel, új létforma. Az emberi kapcsolatok áramló természetű. A test és természet bölcsessége. Embertársaink és a világ megismerése önmagunk megismerése által. Ön-transzformáció a kapcsolódás elvesztése nélkül.

„Mindenki azt tudja befogadni, amire a leginkább fogékony egy adott pillanatban, amire legbelül szüksége van.”

Honnan az ihlet?

A természetben rend van. Meg kell figyelni, és tanulni tőle. A „weight flow contact” a természet rendjét veszi figyelembe. A természet közömbös az emberi értékekkel, morállal, az emberekkel is. Nem ítélkezik, nincs véleménye, nincs jó és rossz. Az emberek minősítenek, elvárnak, ítélkeznek. Amit a természet nem tesz. Harmonikusabb, boldogabb lehet, aki ezekről le tud mondani.

Boldogabbak lehetünk?

A boldogság nem körülményektől függ. Figyelmen és tudatállapoton múlik. A döntésünkön múlik. A tabuk, traumák lebomlanak. Mindenki szembenézhet, találkozhat saját önmagával. Megtanulhatja, hogy amitől egy kapcsolat működik, az éppen az, amit önmaga beletesz. A kapcsolódás alapja nem a fogás, nem a birtoklás, hanem a támaszték. Ha adom magam, adom a súlyom, támasztékot adok. Mindenki tud valamikor támasztékot adni. És mindenki adhat valamikor a súlyából, önmagából. A súly, amit a kapcsolatba teszek, az maga a támasz. És ez mindig kölcsönös. A harmónia nem biztonságos, hanem dinamikus, tele kockázattal. Játék és kockázatvállalás szabadsága ez. Minden, ami kibillenti a kapcsolatot a pillanatnyi egyensúlyából, az csak egy újabb impulzus, amit be lehet forgatni a kapcsolatba, amivel építeni lehet azt. Egy lehetőség ez: változásra, önismeretre. Másképp látni, megismerni a világot.

-pt